

國立臺灣師範大學(鼓勵赴境外進修補助)學生赴國外修習報

告書(初抵回報使用)

※撰寫注意事項：所列大綱為基本應填項目，不可刪減。

一、學生資料

填寫日期：2026. 7. 7

中文姓名：張沁亞	英文姓名 (姓, 名): Chang Chin Ya
臺師大就讀科系所、年級：英語系大四	臺師大學號：41121115L
修習國家：英國	
修習校名：艾克塞特大學	
修習學院：文學院	
修習科系：無特定科系	
修習期間：2026年1月12日 ~ 2026年6月12日	
國外聯絡電話：	國外聯絡傳真：
國外聯絡住址：Exe House, Lower Argyll Road, Devon, EX4 4RG	
國外聯絡 E-mail：cc1443@exeter.ac.uk	
臺灣緊急聯絡人 (親友、師長或同學)：	
姓名：(關係：) 李黎芳 (媽媽)	
電話：0965161882	
住址：新北市中和區景平路989巷	

臺灣緊急聯絡人 (親友、師長或同學):

姓名 : (關係 :) 張民忠 (爸爸)

電話 : 0955142076

住址 : 新北市中和區景平路989巷

二、修習課程名稱：

修習課程名稱	任課教授	學分數	所屬學季/期
Gender, Sexuality and Media	Woori Han	30	2025/26
Rethinking Shakespeare	Naya Tsentourou	15	2025/26
Introduction to Innovation and Entrepreneurship	Dr Katie Ledingham Dr Robert Pearce	15	2025/26

(表格不足請自行加頁)

三、生活概況（住宿、當地生活費用、學業、語言、參與活

動.....）

我的交換學校是英國德文郡的艾克塞特大學，距離倫敦搭乘火車花費大約兩個半小時。接下來我會分享生活在這個小小大學城半年累積的經驗，分為周圍環境、住宿、飲食、交通、課程來介紹。

周圍環境

如果你嚮往大自然，想嘗試看看生活在鄉間小村莊，這間學校非常值得考慮。艾克塞特大學主校區 Steamtham 位在半山腰上，從學生宿舍 Duryard 步行約半小時即可到達。雖然路程不算遠，但是一路都是上坡，也是蠻耗費體力的運動哈哈。如果遇到下雨天（冬季常發生），有些道路會變得泥濘難行走，極度影響上課心情。但是當英國進入夏令時間上課路程沿途的風景就改變，花花草草都發芽、盛開，令人心曠神怡。只可惜我是春季班交換生，英國進入夏令時間的時候剛好學期也結束了。如果選擇秋季班前往 Exeter 交換應該可以看到更漂亮的風景！

身為從小在都市長大的人，剛抵達 Exeter 時很不習慣。一月初我提早大約一個禮拜先飛抵倫敦，在倫敦玩了幾天再搭火車前往 Exeter。購買火車票可以注意一下！如果你預計未來半年會安排歐洲旅行或是英國國內旅行，我強烈建議你買一年 Railcard！可以在一抵達英國就買好，我是在 Trainpal 上面買當時有折扣，最後大約花費一千塊台幣。用 Railcard 買大部分火車票可以打七折，真的差很多！一開始我堅決不買因為覺得自己只待半年很不划算，但是英國搭火車真的太貴了，而且我常常需要搭火車到機場所以還是買了，結果發現搭個幾次就把 Railcard 的錢省回來了！我在火車票上花了太多冤望錢，所以能救一個是一個嗚嗚。當初我從倫敦搭火車前往 Exeter 沒有先訂票也沒有買 Railcard，一張單程票64.5英鎊（約臺幣 2774），半年後用 Railcard 買只要半價，省下來的錢能吃一餐麥當勞。

一月初的英國氣溫很低，在倫敦甚至低至一度。到達 Exeter 時氣溫有稍微高一點，但是天氣很差，陰雨綿綿。Exeter 主要兩大車站分

別為：Exeter Central 跟 Exeter St. Davids。其中 St. Davids 車站距離學校比較近，步行20分鐘左右到達。但是當天下雨，而且車站附近非常空曠，我當時心裡想到的詞是「荒涼」……。所以我決定叫 Uber 前往住宿，8分鐘車程大約10鎊 (臺幣約430)，這個錢還在可以接受的範圍也強烈建議要花，因為車站到宿舍的路線都是凹凸不平又窄的石頭路，拉著行李箱很難通過。

住宿

終於狼狽抵達宿舍，當時是下午五點，但太陽已經下山。我的房間是 Studio，房內配置私人廚房跟衛浴，空間算大。



入住時請準備好生活用品像是枕頭、棉被、吹風機、盥洗用品等，如果沒有帶也記得要去市中心買。我的房型價格是220鎊一週（一個月約37,840臺幣），很推薦有預算的人選擇這個房型，因為這半年我真的很常待在宿舍。還有另一種 **Ensuite** 房型也不錯，有私人衛浴但共用廚房，公用廚房設備齊全空間很大。住在 **Ensuite** 的朋友一週200鎊，也是住的很舒服。不知道是不是歐洲習慣把合約時間拉長，我的住宿合約到 6/20，但是其實學期在三月底就結束了。學

校明文規定不能轉租宿舍合約，所以考慮提早回臺灣的人要自己斟酌這一點，畢竟一個月幾萬塊的房租也是不便宜。

飲食

我在 Exeter 常去的超市是 Tesco、Sainsbury's、M&S 還有 Waitrose。宿舍對面有一間 Morrisons 也是一個選擇，不過商品種類有限，價格也稍微貴一點。其中我最喜歡 M&S，烘焙區新鮮而且選擇多，常常遇到水果或雞蛋打折。想試試外食，Old Fire House 的披薩可以找朋友一起分著吃，聽說這家酒吧是 Harry Potter 場景啟發地。從宿舍走20分鐘可以看到一家總是高朋滿座的餐廳 The Imperial，食物種類豐富，CP 值很高！從早餐營業到晚上變成酒吧，學生們很愛。

交通

Exeter 內交通算是方便，公車路線完善，搭一次不論路程遠近都是 2.65 鎊。兩個主要火車站連接其他城市，想要在英國旅遊不需要一直轉車。如果你預計安排很多歐洲旅遊，從 Bristol 機場飛是最划算

且省時的選擇。Bristol 機場航線多，基本上歐洲大城市都有很多航班，而且從 Exeter 可以搭火車轉機場接駁即可抵達。(但是機票價錢跟從倫敦飛比起來還是比較貴一點，可以再研究看看)

課程

我在師大是英語系的學生，我覺得這邊的上課跟我以往的體驗沒有太大差別，甚至會覺得怎麼上個課主要是學生們在發言，但是可以練練口說也是不錯。繳交作業時請注意引用格式，他們非常注重這點！（我有深刻經驗……）

總而言之，如果你是個喜歡清幽森林環境，又不怕無聊的人可以考慮 University of Exeter。習慣城市生活的人就不推薦啦～

四、在該校繳交之費用名稱及金額

宿舍費：22萬臺幣（23週）

五、需協助事項或其他建議